

Infoseddel



Søndag d. 11. december i Støvring

AFGANG: 11. december 2022 kl. 07.30

HJEMME: 11. december 2022 kl. 15.30

GRUPPEINDDELING

	Grp. 1	Grp. 2	Grp. 3	Grp. 4	Grp. 5
Damer	2013 og yngre	2011-2012	2009-2010	2007-2008	2006 og ældre
Herrer	2013 og yngre	2011-2012	2009-2010	2007-2008	2006 og ældre

Sidste tilmeldings- og betalingsfrist er 24/11 på www.aabybrosvøm.dk

Cathrine og Victor er træner.
Der vælges løb sammen med træner.

LØBSLISTE

400 IM, 200m ryg, 100m fri, 100m bryst, 100m IM, 50m fly, 50m ryg
Holdkap i 4x50m ryg

PAKKELISTE

- 2-3 Håndklæder
- Badetøj
- 1-2 badehætter
- 1-2 par sv. briller
- Shorts og T-shirt
- Konkurrenceudstyr
- Drikkedunk

